



« Грпп и ОРВИ»

Грпп – это острое вирусное заболевание, поражающее преимущественно дыхательную систему. Грпп входит в категорию ОРЗ – острых респираторных заболеваний, а точнее, ОРВИ – острых респираторных вирусных инфекции.

Причиной грппа является не ослабление иммунитета и не переохлаждение, а особый вирус – вирус грппа. Его особенность заключается в чрезвычайной изменямости. Мало того, что описанные в медицине три типа грппа (А, В и С) могут чередоваться, они еще и меняют свою структуру. Поэтому ежегодно в период эпидемии наша иммунная система сталкивается с новым микроорганизмом, что существенно затрудняет борьбу с ним.

Школьная Правда

МБОУ СОШ № 108 им. Ю.В.
Андропова
Выпуск №4 от 15.02.2019 г.



Грпп – заболевание, с которым так или иначе сталкивается в своей жизни любой человек. Кто-то игнорирует опасность грппа, считая его чем-то вроде простого насморка, кто-то боится "птичьего" и "свиного" грппа, забывая о том, что так называемый "обычный" грпп может быть еще более опасен. Поэтому, несмотря на избитость темы, мы решили посвятить этому заболеванию целую статью, в которой представили только самую нужную и актуальную информацию.





Профилактика гриппа и ОРВИ

В период эпидемий (особенно при опасных разновидностях гриппа, таких, как свиной грипп) необходимо:

соблюдать режим учебы и отдыха, не переутомляться, больше бывать на свежем воздухе, спать достаточное время и полноценно питаться; делать утреннюю гимнастику и обтирание прохладной водой, заниматься физкультурой; при заболевании родственников по возможности изолировать их в отдельную комнату; тщательно мыть руки перед едой, по возвращении с улицы, а так же после пользования общими предметами, если в семье есть заболевший (огромная часть микробов передается через предметы общего пользования — перила в транспорте, продукты в супермаркетах и, конечно, денежные банкноты); часто проветривать помещение и проводить влажную уборку, спать с открытой форточкой, но избегать сквозняков; ограничить посещение многолюдных мест (театров, кино, супермаркетов) и массовых мероприятий, где из-за большого скопления народа вирус очень быстро распространяется; в период эпидемии промывать нос и полоскать горло рекомендуется не реже 2-3 раз в сутки.



Общие принципы лечения гриппа и ОРВИ

Необходимо отметить, что самолечение при гриппе недопустимо, особенно для детей и лиц пожилого возраста. Предугадать течение гриппа невозможно, а осложнения могут быть самыми различными. Только врач может правильно оценить состояние больного. Поэтому необходимо сразу вызвать врача. Лекарственные препараты должен назначить врач. Какие медикаменты нужны ребенку - решает врач в зависимости от состояния организма. Выбор и назначение лекарств зависят также от признаков и тяжести заболевания. Режим больного должен соответствовать его состоянию - постельный в тяжелых случаях, полупостельный при улучшении состояния и обычный - через один-два дня после падения температуры. Температура в комнате должна быть 20-21°C, а во время сна - ниже; частое проветривание облегчает дыхание, уменьшает насморк. Не спешите снижать температуру, если она не превышает 38°C, так как это